

## Zutaten

- 320 g Stangenspargel a.d. Glas
- 200 g Hähnchenbrustfilets
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 200 ml Schlagsahne
- 300 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Für Genießer Champignon Cremesuppe
- 100 g Erbsen, tiefgefroren
- etwas Zitronensaft
- 2 EL Weißwein

## Zubereitung

- 1. Stangenspargel abtropfen lassen und in ca. 2,5 cm Stücke schneiden.
- 2. Hühnerbrustfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden.
- 3. In einem großen flachen Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hähnchenbrustwürfel darin anbraten. Sahne mit Wasser zugießen, Maggi Für Genießer Champignon Cremesuppe einrühren und zum Kochen bringen.
- 4. Erbsen und Spargel zufügen. Bei mittlerer Wärmezufuhr offen ca. 10 Min. kochen. Dabei gelegentlich umrühren. Mit Zitronensaft und Weißwein abschmecken. Dazu Reis servieren oder in Blätterteigpasteten anrichten.

## Nährwert-Anzeige

(L) 25 Minuten

Kohlenhydrate 18 g

Energie 423 kcal

Fett 28 g Protein 23 g